1. Yiyecek Ve İçecekler

Yüce Allah bütün varlıklar gibi insanı da belli fıtrat (ölçü) üzerinde yaratmıştır. Beslenme, barınma, giyinme, güvenlik, manevi ve estetik ihtiyaçlar insanın yaratılışından gelen doğal/fıtri özellikleridir. İnsanoğlu bu ihtiyaçları yeterince karşılayamadığında bedenen rahatsız, ruhen de mutsuz olur. Beslenme, barınma, giyinme ve korunma ihtiyacı dünyadaki çeşitli mallarla; manevi ve estetik nitelikli ihtiyaçlar ise ibadet, sanat, spor ve eğlence türü davranış ve etkinliklerle karşılanır.



Sağlıklı beslenmenin temel ölçüsü gıdaların yeterli ve dengeli alınmasıdır.

İslam; insanın, yaratılıştan getirdiği fıtratı bozmadan, bu dünyada huzurlu ve mutlu bir hayat sürdürüp ahirette de huzura kavuşmasını ister. Bunun için İslam dini sözü edilen ihtiyaçları helal ve yararlılık ölçüsü içerisinde karşılayacak mal ve etkinlikleri belli kurallar çerçevesinde serbest (mubah) kılmış, zararlı olanları ise yasaklamıştır. Mecelle'nin ifadesiyle fıkıhta asl olan; "İnsanlar için zararlı olan şeylerin engellenmesi, yararlı olanların ise teşvik edilmesidir."[1] Bu yaklaşım hem maddi hem de manevi ve estetik nitelikli tüm uygulama ve etkinlikleri kapsar.

BİLGİ KUTUSU

Mecelle-i Ahkâm-ı Adliye veya kısaca Mecelle, 1868-1878 yılları arasında Ahmet Cevdet Paşa başkanlığındaki bir komisyon tarafından derlenen İslami özel hukuk (medeni hukuk) kuralları bütünüdür. Osmanlı İmparatorluğu'nun son yarım yüzyılında şer'i mahkemelerde hukuki dayanak olarak kullanılmıştır. Bir giriş 16 bölümden oluşur ve 1851 madde içerir.



Bu ünitede insanoğlunun hayatını sürdürürken ihtiyaç duyduğu maddi ve manevi nitelikli etkinlikler ve mala ilişkin konulardaki İslami ilkeler üzerinde durulmuştur. Maddi etkinliklerle yeme, içme, giyinme ve mal kazanma yöntemleri kastedilmektedir. Manevi ve estetik nitelikli olanlarla müzik, resim, spor, oyun-eğlence kastedilmektedir.

Vücudun varlığını sürdürebilmesi için gerekli olan şeylere besin, bunların uygun yolla vücuda alınmasına beslenme denir. Beslenmede kullanılanların tümüne birden gıda maddeleri adı verilir. Sağlıklı beslenmenin temel ölçüsü gıdaların yeterli ve dengeli alınmasıdır. Beslenmede yararlanılan gıda maddeleri uzmanlarınca öncelik sırasına göre gruplandırılmış ve buna beslenme pramidi adı verilmiştir. Beslenme pramidi incelendiğinde insanoğlunun hayatını sürdürebilmesi için gerekli olan besin kaynaklarının hayvansal ve bitkisel kökenli kaynaklardan oluştuğu görülür. Bütün bunların aslı sonuçta topraktır. İnsan topraktan yaratıldığı için, gerekli besinler de onun hammaddesi olan topraktan elde edilir.

---

1 "Defu'l-mefasid celbü'l-menafiden evladır: İnsanlar için zararlı olan şeyleri engelleyip bertaraf etmek, faydalı olanları teşvik ve tahsilden önce gelir", Mecelle, Mad. 29.